

PLAN DE CLASE

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. LA FRONTERA			Nombre Instructor: DIEGO ARMANDO MAYA SANCHEZ	11. OBJETIVO DE CLASE	
2. Fecha:	2019-08-01	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Suba	Desarrollar tres movimientos básicos de la gimnasia con postura y técnica en cada uno de los ejercicios planteados (rollo adelante, Rollo Atrás, principios de vertical), con el fin de aplicar la postura y la técnica correcta en cada ejercicio planteado para el desarrollo de los movimientos del Centro de interés Gimnasia del IDRD programa TEC.	
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 34	9. N° de Semana: 18	Ejecutar con postura y técnica los tres movimientos básicos de la gimnasia (rollo adelante, Rollo Atrás, principios de vertical), mejorando en su postura y técnica de ejecución.	
4. Grupo:	GIMNASIA 2		10.	Cumplir con las indicaciones e instrucciones del profesor utilizando y implementado tres condiciones para estar en clase, saber escuchar, saber observar (ejemplo del profesor) y el cuidado de nuestro propio cuerpo con una la buena práctica, en cada una de los movimientos planteados en la sesión de clase del centro de interés de gimnasia.	
12.PART	E	13. TEMA/CONTENIDOS	14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD	15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES	16. OBSERVACIONES
17. INICIAL	Distribución y organización del grupo asignado en el escenario deportivo parque la serena.		30 minutos	Abordamos los grupos asignados, Organización del grupo en el punto de Trabajo del parque, llamado de asistencia, explicación de la sesión de clase (movimientos básicos de la Gimnasia), estiramiento General Hidratación y entrar en calor para el desarrollo del contenido central.	
18. CENTRAL	Postura y Técnica en la ejecución de los movimientos básicos de la Gimnasia.		60 minutos	Fortalecimiento de las habilidades básicas motrices implementando la Metodología del Cuerpo del Dragón, 5 Repeticiones del Cuerpo del Dragón alrededor del parque la serena. por medio de estiramientos más intensos los niños trabajan más su flexibilidad para mejorar su condición física, se enfatizara en corregir y mejorar la postura de cada movimiento planteado en clase, 10 segundos por postura para mejorar su resistencia. Patrones básicos de Gimnasia, postura de presentación- rodamiento adelante en cuatro fases – rodamiento atrás con sus respectivas fases de apoyo impulso se utilizara material (colchonetas).	
19. FINAL	Estiramiento General Vuelta a la calma organización del grupo Alistamiento para salir en la Ruta al colegio.		30 minutos	Vuelta a la calma organización del grupo para estiramiento en su parte de finalización y relajación muscular enfatizando el trabajo desarrollo en la sesión de clase, corregir posturas de los movimientos en el estiramiento, preguntas sobre los temas y ejercicios vistos en clase organización del grupo hidratación, organización para salir abordar la ruta y nos dirigimos para el colegio.	

DIEGO ARMANDO MAYA SANCHEZ

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. LA FRONTERA			Nombre Instructor: DIEGO ARMANDO MAYA SANCHEZ	11. OBJETIVO DE CLASE
2. Fecha:	2019-08-01	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Suba	Desarrollar tres movimientos básicos de la gimnasia con postura y técnica en cada uno de los ejercicios planteados (rollo adelante, Rollo Atrás, principios de vertical), con el fin de aplicar la postura y la técnica correcta en cada ejercicio planteado para el desarrollo de los movimientos del Centro de interés Gimnasia del IDRD programa TEC.
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 34	9. N° de Semana: 18	Ejecutar con postura y técnica los tres movimientos básicos de la gimnasia (rollo adelante, Rollo Atrás, principios de vertical), mejorando en su postura y técnica de ejecución.
4. Grupo:	GIMNASIA 2		10. Edades:	Cumplir con las indicaciones e instrucciones del profesor utilizando y implementado tres condiciones para estar en clase, saber escuchar, saber observar (ejemplo del profesor) y el cuidado de nuestro propio cuerpo con una la buena práctica, en cada una de los movimientos planteados en la sesión de clase del centro de interés de gimnasia.
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1142934821	GABRIELA MAZA			Asistio
1123892500	DIANA ISABEL MOLINA			Asistio
1028949238	JUAN STEVAN PARRA			Asistio
1031827115	JOSE ALEJANDRO PEROZO			Asistio
1108765621	VALERY PINEDA			Asistio
46616032003	VALERIA DEL CARMEN REFUNJOL			Asistio
1053000874	SAMANTA RETAMOZA			Asistio
1028873916	DANNA VALENTINA RODRIGUEZ			Asistio
1019104488	LEIDY STEPHANNY RONCANCIO			Asistio
1100691112	DANIEL ALEJANDRO SINCELEJO			Asistio
1028950372	JOSE JAVIER VELASQUEZ			Asistio
1141128056	DUBAN SEBASTIAN ARIAS			Asistio
1082987094	KAROL ANDREA MENESES			Asistio
1050461626	JUAN DIEGO YACELY			Asistio
1028950466	NICOL MARIANA ZAPATA			Asistio
1031831941	ANDREA PAOLA SILGADO			Asistio
1031831419	SAMUEL GAMBOA			Asistio

DIEGO ARMANDO MAYA SANCHEZ

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO